

B A I B I N G

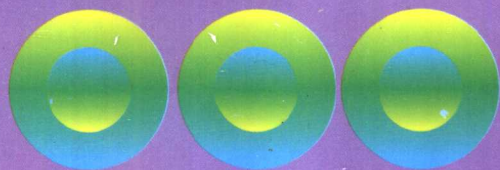
Z I Z H I

1 0 0 0 F A



王 平 高 杰 主 编

百病自治 1000



法

河北科学技术出版社

百病自治 1000 法

王 平 高 杰 主编

河北科学技术出版社

主 编 王 平 高 杰
编 委 白建乐 尹剑英 李媛媛 王秀兰
王景然 张彩平 曹 枫 韩丽萍
靳淑敏 单丽华 陈伟华 怀海丽

图书在版编目(CIP)数据

百病自治 1000 法/王平,高杰主编. —石家庄:河北
科学技术出版社,2002
ISBN 7-5375-2663-X

I. 百... II. ①王... ②高... III. 常见病 - 疗法 -
普及读物 IV. R45 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 050003 号

百病自治 1000 法

王 平 高 杰 主编

河北科学技术出版社出版发行(石家庄市和平西路新文里 8 号)
深泽县印刷厂印刷 新华书店经销

850 × 1168 1/32 15.125 印张 379000 字 2002 年 9 月第 1 版
2002 年 9 月第 1 次印刷 印数:1 - 3000 定价:26.00 元

前 言

每个家庭都会遇到疾病的困扰,而患病后能早期发现,自己动手采用各种简单有效的方法进行治疗,对于保持健康的体魄是十分重要的。为了给广大家庭提供各种切实可行的治疗方法,我们编写了《百病自治 1000 法》一书,奉献给广大读者。

本书收录了传染、内、外、妇、儿、五官、皮肤各科共 100 种疾病,每病先简单介绍其病因、症状,然后重点介绍了治疗上述疾病的各种方法 1000 种,包括西药、中成药、按摩、药膳、外敷、涂搽、熏洗、膏药、鼻嗅、灸法等,这些治疗方法操作简单,使用方便,安全实用,能在就医不便的条件下,就地取材,及时处理,读者可根据自己的实际情况选择应用。需要说明的是,对于自己难以诊断的疾病,不能准确掌握适应证时,应先到医院确诊;危症、急症应在医院治疗缓解后,再选用本书所介绍的方法。

编写本书时,我们力求内容通俗易懂,简明扼要,切合实际,既适合广大家庭使用,也可供基层医务人员参考。但由于水平所限,书中难免有不尽人意甚至纰漏之处,还望读者批评指正。

编 者

目 录

第一章 传染病

感冒	(3)
麻疹	(7)
水痘	(11)
病毒性肝炎	(15)
流行性腮腺炎	(20)
百日咳	(24)
细菌性痢疾	(28)
肺结核	(33)

第二章 内科病

急性支气管炎	(39)
慢性支气管炎	(43)
支气管哮喘	(48)
肺炎	(54)
风湿热	(58)
高血压病	(62)
冠心病	(68)
慢性胃炎	(74)
胃、十二指肠溃疡	(79)
胃下垂	(84)
慢性结肠炎	(88)



呕吐	(93)
呃逆	(97)
便秘	(101)
腹泻	(105)
急性肾小球肾炎	(110)
慢性肾小球肾炎	(115)
肾盂肾炎	(121)
遗精	(126)
阳痿	(130)
糖尿病	(135)
坐骨神经痛	(141)
类风湿性关节炎	(146)
三叉神经痛	(151)
面神经麻痹	(155)
偏头痛	(159)
雷诺病	(164)
低血压	(168)
失眠	(172)

第三章 外科病

疔	(179)
痈	(183)
颈部淋巴结结核	(187)
烧烫伤	(191)
冻疮	(196)
急性乳腺炎	(200)
乳房囊性增生症	(204)

痔	(209)
血栓闭塞性脉管炎	(215)
前列腺炎	(219)
前列腺增生	(224)
泌尿系统结石	(229)
肩关节周围炎	(234)
落枕	(239)
颈椎病	(243)
骨质增生	(249)
扭挫伤	(254)
急性腰扭伤	(259)
足跟痛	(264)

第四章 妇科病

痛经	(271)
闭经	(275)
功能性子宫出血	(279)
白带异常	(284)
外阴瘙痒症	(288)
不孕症	(292)
妊娠呕吐	(297)
缺乳	(301)
盆腔炎	(305)
子宫脱垂	(309)
阴道炎	(313)
乳头皲裂	(318)



第五章 儿科病

遗尿症	(323)
婴幼儿腹泻	(327)
鹅口疮	(332)
小儿夜啼	(336)
小儿多汗	(340)
小儿营养不良	(343)
小儿厌食症	(347)

第六章 五官科病

急性结膜炎	(353)
麦粒肿	(357)
化脓性中耳炎	(361)
梅尼埃病	(365)
鼻炎	(369)
鼻窦炎	(374)
鼻出血	(378)
扁桃体炎	(382)
咽炎	(387)
牙痛	(391)
口腔溃疡	(396)

第七章 皮肤科病

带状疱疹	(403)
疣	(408)
脓疱疮	(413)
癣	(417)
痤疮	(422)

疖子	(425)
手足皲裂	(429)
湿疹	(433)
荨麻疹	(438)
神经性皮炎	(443)
银屑病	(448)
酒渣鼻	(452)
斑秃	(456)
白癜风	(460)
鸡眼	(464)
附录:常用腧穴示意图	(468)

百病自治✱1000法

第一章

传
染
病





●感冒



流行性感冒是由流感病毒引起的一种呼吸道传染病。它借空气、飞沫传播。临床特征为起病急、病程短、全身中毒症状明显，有发热、乏力、头痛、全身酸痛等，婴儿、老年人可继发肺炎。

感冒是由病毒引起的急性呼吸道传染病。典型的流感起病较急，先有畏寒或寒颤，继而体温升高（可达 39°C 以上），剧烈头痛，全身酸痛，疲乏无力，伴有鼻塞、流涕、喷嚏、咽干等上呼吸道症状，或伴有恶心、腹痛、腹泻等胃肠道症状。小儿可出现呕吐和惊厥。3~5天后体温降至正常，其他症状也随之消失，但咳嗽往往要持续2周左右。本病主要通过飞沫传播，传播性很强，好发于冬春季节。

治法 1

可服用速效伤风胶囊1~2粒，每天3次；或康泰克感冒缓释胶囊1粒，每天1次。发烧头痛，口服复方阿司匹林1片，每天3次。咳嗽，口服复方甘草片1~2片，每天3次；或咳必清25毫克，每天3次，痰多者慎用。

治法 2

(1) 九味羌活丸：每次6~9克，每天2次。适用于怕冷明显，发烧较轻，咳嗽，鼻塞，声重，流清涕，周身



不适者。

(2) 羚羊感冒片：每次 4 片，每天 3 次。适用于发烧，轻微怕冷，咳嗽，口干而渴，咽喉肿痛者。

(3) 暑湿感冒冲剂：每次 1~2 袋，每天 3 次。适用于发烧但不高，头昏头胀，肢体酸痛，困倦乏力者。

治法 3

桃仁 10 克，杏仁 10 克，栀子仁 10 克，酸枣仁 10 克。

上药共研细粉，用陈茶叶水调成糊状，冷敷于大椎、风池穴上。用于感冒发烧者。

治法 4

将风油精滴在拇指上，头痛时揉按涂擦太阳、风池穴及颈部两侧；鼻塞时揉按双侧鼻翼旁的迎香穴。可反复使用。

注意：勿涂于眼内。

治法 5

将安痛定注射液 1 支装入眼药瓶内，于小儿发烧时滴入鼻腔 1~2 滴，揉捏鼻翼 1~3 分钟，有迅速退烧之效。若再发烧，可重复应用。

注意：1 岁以下幼儿慎用。

治法 6

苏叶 30 克，荆芥 30 克，防风 30 克，薄荷 30 克，桑叶 30 克，菊花 30 克，银花 30 克，柴胡 30 克，细辛 30



克，青蒿 30 克。

上药用凉水浸泡 10 分钟，煎煮 15 分钟，晾温外洗，每天 4 次。

治法 7

橘子叶、老姜、葱头各适量。

诸药和酒炒热，用布包熨痛处。适用于感冒关节作痛。

治法 8

银花 20 克，薄荷 15 克，细辛 10 克。

上药共浸入 40% 酒精中 1 小时，滤液中加少量开水，于感冒发烧时洗擦颈项、腋下、前胸、手心、脚心等处。

注意：勿入眼内，勿受凉。

治法 9

石膏、雄黄各适量。

上药用鸡蛋清调匀，以手指蘸汁轻轻推擦患儿眉心、太阳、涌泉及劳宫穴，每天数次。适用于小儿流感发烧。

治法 10

用麝香止痛膏（3 厘米 × 3 厘米）2 张，在其中心放少量速效感冒胶囊中的药粉，分别贴于两脚的涌泉穴，贴好后按摩 1 ~ 2 分。一般 1 ~ 2 天内感冒症状即可消除。

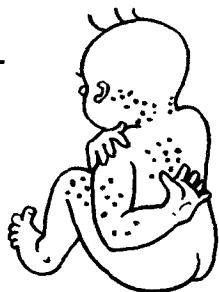


治法 11

将毛巾浸入热水中，取出稍拧去水液，温敷于小儿囟门上，稍凉再换。治小儿伤风感冒，鼻塞不通。



● 麻 疹



麻疹由麻疹病毒引起。病毒主要通过飞沫直接传播，多流行于冬、春季节。以发热、咳嗽、流涕、流泪、眼结膜充血、颊粘膜出现麻疹粘膜斑及全身皮肤出现红色斑丘疹为特征。

麻疹是由麻疹病毒引起的一种急性呼吸道传染病。早期症状有发热、咳嗽、流涕、流泪等，类似感冒，2~3天后口腔出现麻疹粘膜斑，发热渐高，而后皮肤出现红色斑丘疹，自耳后颈部开始波及躯干四肢，出疹3~4天后又按出疹顺序消退，并可留下棕褐色斑痕，热度慢慢下降，食欲增加，咳嗽等症状逐渐消失。易并发喉炎、肺炎、中耳炎等。本病传染性强，麻疹病人是主要的传染源，通过咳嗽、打喷嚏所喷出的飞沫传播。多见于6个月至5岁的小儿，四季均可发病，但以冬春季节较多。

治法 1

(1) 小儿回春丸：1岁以下每次1/2丸，1岁以上每次1丸，每天2次。适用于发烧怕冷，鼻塞流涕，咳嗽，喷嚏，怕光流泪，口腔粘膜上有麻疹斑者。

(2) 五福化毒丹：每次1~2丸，每天2次。适用于高烧烦躁，咳嗽加剧，疹点密集，疹色鲜红或暗红，微隆

起皮肤，扪之碍手者。

治法 2

鲜西河柳 30 克，香菜 30 克，酒 30 毫升，水 30 毫升。

西河柳、香菜加酒、水煎五六沸，先熏蒸口鼻，再用毛巾蘸药液擦四肢、胸腹。

治法 3

鸡蛋 1 枚，生葱 3 株，香菜 2.5 克。

将鸡蛋放入生葱、香菜的药汤内煮熟，取蛋备用。趁热用蛋搓患儿全身，蛋凉再煮再搓，连续 3 遍后，盖衣被取微汗，每天 1 次，连用 2 次。适用于疹发不畅。

治法 4

梔子 7 个，胡椒 20 粒。

上药共研细末，另用黄泥半碗和匀，艾叶 1 撮泡水，与上述药末混合调匀做成泥饼，隔纸外敷于胸前 1~2 小时。适用于麻疹寒闭，疹子不能透出，患儿四肢发凉，心烦气急等。

治法 5

牵牛子 15 克，明矾 30 克。

上药共研末，加少许面粉，用醋调成糊状，敷于双侧涌泉穴，每天 1 次，5 次为 1 个疗程。适用于麻疹并发肺炎者。